



Los MIR tienen tres veces más problemas mentales por causa laboral

LA OMC Y LA FUNDACIÓN GALATEA EDITAN UNA GUÍA PARA TRATAR Y EVITAR ESTA SITUACIÓN

El objetivo del texto es consensuar las herramientas de exploración básica de la salud del residente

Leire Sopuerta Biota / Fotografías: Diego S. Villasante. Madrid

La Organización Médica Colegial (OMC) y la Fundación Glatea han publicado “La salud del MIR”, una guía que tiene como objetivo consensuar las herramientas de exploración básica de la salud mental del residente en los exámenes médicos preventivos que exige el marco legal y clarificar los procedimientos correspondientes con la incorporación de los nuevos MIR (médicos internos residentes) y su adecuación a la plaza que han solicitado. Este documento ha sido presentado por Serafín Romero, secretario general del Consejo General de Colegios de Médicos de España; Antoni Arteman, gerente de la Fundación Galetea; y Francisco Collazos, del Servicio de Psiquiatría del Hospital Vall de Hebron.

**Francisco Collazos,
Serafín Romero
y Antoni Arteman.**



La creación de este guía se justifica en los resultados de un estudio realizado entre más de 300 MIR catalanes: los MIR sufren hasta tres veces más problemas psicológicos motivados por su situación laboral que el resto de personas de su edad (entre 24 y 30 años). Asimismo, de los residentes encuestados, el 72 por ciento confesó recurrir a la automedicación cuando sufre algún trastorno (el 7,3 por ciento se autoreceta antidepresivos), el 46 por ciento no acude a la consulta de Atención Primaria, el 28 por ciento fuma, y cerca del 40 por ciento no practica ejercicio físico con regularidad.

Según Collazos, estos datos “son extrapolables al resto de España” y la razón es que el periodo de formación del MIR conlleva un fuerte estrés adaptativo para el joven médico, que después de los años de facultad tiene que enfrentarse a la realidad asistencial y lidiar con la competitividad de sus compañeros, el miedo a cometer errores por su inexperiencia o la falta de reconocimiento por parte de su tutor.

Además, existen otros factores que causan estrés y que no se pueden detectar en el examen previo, como la falta de sueño, el aislamiento del MIR, el desgaste asistencial o la incertidumbre ante la salida profesional. “Por este motivo es importante observar la evolución psicológica del MIR durante toda su residencia”, y en ese sentido, “el tutor debe ser el primero que debe detectar esos problemas y ponerse en contacto con el servicio de prevención de riesgos laborales para solucionarlos”, ha comentado Collazos.



Salvador Galán, secretario del Colegio de Médicos de Granada; Levy Cabrera, vocal Nacional de Atención Primaria Urbana; y Carlos Molina Ortega, presidente del Colegio de Médicos de Cuenca; Manuel Carmona, vocal de Médicos en Formación y Pedro Hidalgo, presidente del Colegio de Médicos de Badajoz.

Estos servicios, en colaboración con los Programas de Atención Integral al Médico Enfermo, deben ser los encargados de “promover estilos de vida saludables entre los profesionales sanitarios” porque “está demostrado que si el médico se preocupa por su salud, recomienda hasta cuatro veces más a su paciente para que adopte hábitos de vida saludables”, ha asegurado Arteman.